Российская Федерация Республика Алтай Муниципальное образование «Онгудайский район» Администрация района (аймака) Отдел образования 649440 с. Онгудай ул. Советская, 78 тел. 22-4- 46, E-mail: o-otdel@mail.ru		Россия Федерациязы Алтай Республика Муниципал тозолмо «Ондой аймак» Администрация Уреду болуги 649440 Ондой јурт Советский ором, 78 тел. 22-4-46 E-mail: o-otdel@mail.ru

«22» марта 2021 г. № 267

В Комиссию по дела
несовершеннолетних и защи
их прав
Лепетовой Н.В.

Уважаемая Надежда Валентиновна!

Направляем ответ на Постановление № 31 от 03.03.2021 года, а именн анализ состояния уровня тревожности среди обучающихся образовательнь учреждений МО «Онгудайский район» и рекомендации по сопровождени детей, находящихся в ТЖС.

Приложение на 8 л. в 1 экз., электронное вложение.

Начальник отдела образования И.В.Тенгереков

Приложение № 1 к письму от 22.03.2021 года №

Анализ состояния уровня тревожности по итогам ЕДП

по МО «ОНГУДАЙСКОГО РАЙОНА»

1. В период с 07.09.2020 по 18.09. 2020 г. проводился I Единый диагностический период.

Всего охвачено в образовательных организациях района 2290 обучающихся.

Необследованных 25 человек (из них 16 человека по болезни, 9 человек обучаются по СИПР)

Выявлено и вошли в «группу риска С» по району 38 человек:

Возраст	Количество обучающихся	Из них мальчиков	Из них девочек
7-9 лет	2	1	1
10 – 14 лет	29	5	24
15 – 18 лет	8	4	4
Итого в группе риска:	39	10	29
Выбыл 1 человек. Коррекционная работа проводилась с 38 обучающимися			

2. В период с 18 по 22 января 2021 года проведен II Единый диагностическ период. Всего охвачено 38 обучающихся из «группы риска С».

Выявлено и вошли в «группу риска С»:

Возраст	Количество обучающихся	Из них мальчиков	Из них девочек
7-9 лет	0	0	0
10 – 14 лет	7	0	7
15 – 18 лет	4	0	4
Итого в	11		

Выбыл: выбывших нет

С этими 11 обучающимися были продолжены коррекционные и профилактические мероприятия.

3. Мероприятия, проведенные педагогами-психологами по профилактике суицидального поведения обучающихся «группы риска С» и «группы особого внимания» (детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации) с сентября 2020 года по март 2021 года

№п/п	Мероприятие	Количество
1	Индивидуальные консультации для родителей	210
2	Индивидуальные коррекционно- развивающие занятия с обучающимися группы риска «С».	71
3	Индивидуальные профилактические беседы с обучающимися группы риска «С»	237
4	Мониторинг аккаунтов обучающихся группы риска «С» в социальных сетях.	Еженедельно

Причинами повышения уровня тревожности обучающихся, как отмечает во многих учебниках по психологии и психологическому консультировани могут быть учебные перегрузки, неспособность обучающегося справиться школьной программой, неадекватные ожидания со стороны родителей (в правило – завышенные), регулярно повторяющиеся оценочно-экзаменационн ситуации, неблагоприятные отношения с педагогами, смена школьно коллектива и/или непринятие детским коллективом.

На сайтах образовательных организаций Онгудайского района (наприм ссылка на страницу школьного психолога Онгудайской СОШ https://ongudayschool.obr04.ru/school-life/socialno-psihologicheskaya-sluzhba/stranica-psihologa/, размещена , на сайте Ининской СОШ https://inya.obr04.ru/scho life/stranica-psihologa.php) и других школ размещены рекомендации родителям

Приложение № 2 к письму от 22.03.2021 года №

Рекомендации педагогов-психологов по сопровождению детей, находящих в трудной жизненной ситуации:

1. Обязательно установите личный контакт с таким ребенком, установ доверительные отношения. Нужно постараться выяснить, какие пробле тревожат ребёнка, предложите ему свою помощь.

2. Старайтесь выслушивать ребенка до конца, даже если у вас мало време Стремитесь не перебивать ребенка.

3. Следите за собственной речью. Помните, что она - отражение вашей личнос Проанализируйте собственную речь: исключите из своей речи окрики, рез интонации, которые негативно влияют на ребенка; обратите внимание интонирование, помните, что верно расставленные интонационные акцен влияют на качество воспринимаемой информации и на общий психологичес микроклимат.

4. Организуя общение с ребенком, стремитесь понять его настроение. Развива педагогическую наблюдательность. Понаблюдайте: в каком настроении приш вам ребенок; рассказывает ли он другим детям о своем эмоционалы настроении, чувствах?

5.Чаще улыбайтесь ребенку в процессе взаимодействия с ним, это способств благоприятному психологическому микроклимату.

6.Не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрять, когда он эт заслуживает. Помните, что для формирования адекватной самооценки похвала, так и наказание тоже должны быть адекватными.

7.Поощряйте в ребенке инициативу, создавайте необходимые условия проявления ребенком инициативы.

8.Помогайте подростку поверить в себя и свои способности, помогайте избеж ошибок. Поддерживайте при неудачах.

9. Важна общая эмоциональная атмосфера в классе. Создавайте ситуа комфорта, нельзя нагнетать обстановку, необходимо создавать ситуации успе

10.Особенности оценивания - оценка должна быть содержательной с подроб объяснением причины; оценивается не вся деятельность, а отдельные элементы

11. Делайте упор на успешность. Используйте поддерживающие реакции: « сможешь, у тебя получится». Учитывайте индивидуальные особенности ребе его темперамент, тип мыслительной деятельности, тип восприятия окружающ мира.

12.В классе важно поддерживать атмосферу принятия, безопасности, чтобы та ребенок чувствовал, что его ценят вне зависимости от поведения – всегда ищи за что можно похвалить и подчеркивайте достоинства ребенка, обсуж недостатки наедине.

13.Избегайте сравнения учеников друг с другом, т.к. это способств повышению тревожности, снижению уровня школьной мотиваци возникновению у детей мотива избегания неудачи, формированию занижен самооценки, неврозов, ухудшению взаимоотношений между учителем учеником.

14. При работе с таким ребенком необходимо помнить, что любой ответ у дос повышенное внимание, приводит его в состояние стресса. Поэтому нуж стараться создать на уроках максимально безопасную с психологической точ зрения атмосферу взаимоуважения: пресекать попытки унижения, давлен насмешек со стороны других детей, способствовать повышению самооценки уверенности в себе путём поощрения и подчёркивания положительных момент в работе.

15. Используйте индивидуальные беседы с целью коррекции излишн тревожности и страха самовыражения. Учите ребенка снимать мышечн напряжение, расслабляться, создавать для себя комфортную обстановку, обучай умению управлять собой в ситуациях, вызывающих наибольшее беспокойство.

профилактике
ростковых суицидов

- [illegible] обсуждайте семейные [illegible] детей
- [illegible]ите своим детям строить [illegible] и стремиться к ним
- [illegible]тельно содействуйте в преодолении [illegible]
- [illegible]стоящие попытки [illegible] одобряйте словом и делом
- [illegible] обстоятельства не [illegible] наказания
- [illegible]любите своих подростков [illegible] внимательными [illegible] с ними
- [illegible] погибающего человека [illegible] в тонущую лодку [illegible] спасти потерпевших [illegible]
- [illegible]

Причины проявления суицида

- Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых
- Резкое повышение общего ритма жизни
- Социально-экономическая дестабилизация
- Алкоголизм и наркомания среди родителей
- Жестокое обращение с подростком: физическое, психологическое, сексуальное насилие
- Алкоголизм и наркомания среди подростков
- Неуверенность в завтрашнем дне
- Отсутствие моральных [illegible] детей
- [illegible]
- [illegible] разделение
- Бедность [illegible]

ЧТО МОЖЕТ УДЕРЖАТЬ подростка от суицида:

- Установите заботливые взаимоотношения с ребенком
- Будьте внимательным слушателем
- Будьте искренними в общении, спокойно и доброжелательно спрашивайте о тревожащей ситуации
- Помогите определить источник психического дискомфорта
- Вселяйте надежду, что всякие проблемы можно решить конструктивно
- Помогите ребенку осознать его личностные ресурсы
- Окажите поддержку в достижении реальных целей ребенка, в том числе определить перспективы на будущее
- Внимательно выслушайте подростка

Большинство детей, склонных к суициду, подают окружающим своеобразные предупреждающие знаки—фактически кричат о помощи.

...огда в жизни случаются ... ситуации, когда ...ет казаться, что ... нельзя исправить, а ...ая боль никогда не ...тся... В такой момент ... посетить мысли о ...нии жить...

...изисном состоянии человек
...ытывает сильное отчаяние,
...ю одиночества, он не видит
выхода
...ание окружающих может
предотвратить беду

Что может указывать на то, что человек находится в кризисном состоянии?

1 Прямые высказывания о нежелании жить «скоро все закончится ...», «у вас больше не будет проблем со мной ...», «все надоело, я никому не нужен ...» и т д

2 Частые смены настроения

3 Изменения в привычном режиме питания, сна

4 Рассеянность, невозможность сосредоточиться

5 Стремление к уединению

6 Потеря интереса к любимым занятиям

7 Внезапные смены настроения

8 Раздача значимых (ценных) вещей

10 Пессимистические высказывания «у меня ничего не получится», «я не смогу» и т д

11 Резкое снижение интереса к привычной деятельности (работе, учебе)

12 Употребление психоактивных веществ

13 Чрезмерный интерес к теме смерти

Если вы оказались рядом с человеком в кризисной ситуации

– Не отталкивайте его, если он решил разделить с вами проблемы, даже если вы потрясены сложившейся ситуацией,

– Дайте знать, что хотите ему помочь, но не видите необходимости в том, чтобы хранить все в секрете, если какая-то информация может повлиять на его безопасность,

– Сохраняйте спокойствие и не осуждайте его, независимо от того, что он говорит,

– Убедите его, что есть конкретный человек, к которому можно обратиться за помощью,

– Дайте понять, что хотите поговорить о чувствах, что не осуждаете его за эти чувства,

– Помогите ему понять, что присутствующее чувство безнадежности не будет длиться вечно

дшего школьного возраста:

уухудшение школьной
ости;

ние времени занятий при
и результатов;

ное расстройство и волнение:
ие идти в школу, ложиться
участвовать в совместных

ивность, нервные тики,
ое движение, апатия,
активности;

очные кошмары;

ционное поведение:
ание, неподчинение
агрессия (дольше 1 месяца);

спышки раздражения.

ТАДА ДЕПРЕССИИ:

это пониженное настроение
астроения)
это идеаторная заторможенность

это моторная заторможенность

детей среднего и старшего подросткового возраста:

- Изменение школьной успеваемости;
- Употребление алкоголя и наркотиков;
- Изменения в режиме сна и питания;
- Частые жалобы на физическое состояние;
- Одержимость вопросом своего веса: неоправданный страх ожирения;
- Противопоставление себя правам и власти других людей, выраженное в актах воровства или вандализма;
- Пессимизм, плохой аппетит, мысли о смерти;
- Частые проявления агрессивности или жестокости.

Факторы, способствующие возникновению депрессии у детей и подростков:

- *психосоциальные;*
- *генетические;*
- *биологические.*

...у ребенка критическая ситуация:

1. Главное, быть рядом, проявить заботу, попытаться откровенно побеседовать, даже обнять, а еще лучше постараться, чтобы человек заснул, ни в коем случае нельзя начинать «умных» речей, критиковать, спорить

2. Предоставить возможность выговориться, пусть в резкой форме, как бы «разгрузиться». Главное, чтобы ребенок не накапливал отрицательных эмоций.
3. Душевная травма заживает постепенно. Терпеливо ждать, не торопить, проявлять заботу, выражать понимание, сочувствие.

4. При возвращении к ребенку чувства собственного достоинства важно не проявлять чрезмерную опеку и заботу.

остковый возраст - это пик
сти, прежде всего физической,
рной перестройки организма.
«диктует» *специфические*
ы подростковой психики:

ток хочет вырваться из-под
рослых, получить свободу, но
, не зная, что с ней делать, хочет
себя, но не знает как;

ток стремится иметь свое лицо,
ся из «толпы», не делает это
ной слепости со своим
ем, стараясь быть как все в
, в классе, во дворе и т. д.;

ку интересно сразу все и

ку хочется всего сразу, и если
то ли, зачем всё это;

ток при всей своей
слепости очень не уверен в
е

Как улучшить взаимоотношения с подростками

Одна из важных сфер жизнедеятельности для подростка - общение со сверстниками. Для него главное - не просто быть рядом со сверстниками, но и занимать среди них удовлетворяющее его положение: лидер, аутсайдер, друг, поэтому родителям важно *научить детей быть лично ответственными за качество общения* с окружающими.

Многие дети не умеют управлять своим поведением. Отсюда задача родителей - *сопровождать ребенка-подростка*, научить его ставить перед собой цели, которые должны отвечать актуальным потребностям ребенка (например, закончить четверть без "троек").

Родителям важно *научить подростка составлять план действий*, после чего ребенок психологически уже будет отвечать за выполнение плана.

Подростки *нуждаются в доверии и признании взрослых*. Предоставляя им это, родители смогут улучшить взаимоотношения с детьми.

Дети остро чувствуют, искренни ли с ними взрослые, чем больше вы будете искренне *проявлять заботу о детях*, тем больше они будут вас уважать.

Решение «ценностных конфликтов» родители должны не насильно соглашаться с подростком, а аргументированно *отстаивать собственную позицию* (спокойное, доброжелательное противодействие);

Родители должны изменить прежние формы выражения своих чувств по отношению к своему ребенку-подростку, *перейти на «взрослый уровень» эмоционального реагирования*.

Родители должны уметь *оказывать своим детям эмоциональную поддержку*, замечать малейшие достижения ребенка, опираться на сильные стороны ребенка, избегать постоянного прямых; показывать, что удовлетворены ребенком; вносить юмор во взаимоотношения с ребенком, демонстрировать оптимизм.